

## Fjerning av mandler (tonsillektomi/tonsillotomi) hos voksne

Operasjonen utføres i narkose.

Under operasjonen fjernes mandlene og det etterlates en sårflate som må tilheles fra bunnen av.

Du må være på sykehuset 3 timer etter at du er ferdig operert.

### Etter operasjonen:

#### Blødning

Blødning fra munn og/eller nese er sjelden. Oppstår det blødning, skjer dette oftest de første timene etter operasjonen. Det kan også forekomme 5-7 dager senere når sårskorper og evt. sting løsner.

**Ved blødning: kontakt Akuttmottaket SSK på telefon 38 07 34 21 snarest for råd og hjelp videre. Dersom telefonen ikke besvares raskt, ring 113.**

#### Smerter

Det er vanlig med smerter og ubehag de første 7-10 dagene etter operasjonen, ikke bare i halsen, men også opp i ørene. Noen opplever også hevelse og ubehag i tunga og leppa. Dette skyldes trykk etter et instrument som brukes under operasjonen og går gradvis over i løpet av det første døgnet.

Bruk smertestillende medikamenter som forordnet av lege. Medisinene bør tas 1 time før måltid.

#### Vannlating

Påse at vannlatingen fungerer som normalt etter behandlingen. Ta kontakt med sykehuset dersom du ikke får latt vannet i løpet av ettermiddag/kveld.

Hvis du later vannet sjeldent og har mørk urin, skyldes dette trolig at du har drukket for lite.

#### Mat/drikke

- Det er viktig at du drikker rikelig etter operasjonen. Gode alternativer er isvann, kald soft, smoothie, slush, yoghurt og is. Kalde drikker vil også dempe hevelsen i halsen.
- Unngå varm mat og drikke det første døgnet etter operasjonen for å redusere blødningsrisikoen.
- Unngå kullsyre, alkohol, tobakk og sterkt krydret mat.
- Moset/bløt mat vil være lettere å svelge de første dagene etter operasjonen, men du kan gradvis gå over til vanlig mat.
- Unngå skorper, chips og knekkebrød i 2 uker.



trygghet når du trenger det mest

## Sår/hygiene

Puss tennene som vanlig morgen og kveld. Vond smak i munnen og dårlig ånde er vanlig.

## Aktivitet

Du kan være oppegående, men bør ta det med ro etter operasjonen.

Sykemelding i 10-14 dager er vanlig.

Unngå idrettsaktiviteter eller andre aktiviteter som gir høy puls i 2-3 uker etter operasjonen.

Det er gunstig å ha hodet høyt på en pute når du sover/slapper av.

## Kontakt Akuttmottaket SSK på tlf. 38 07 34 21 dersom:

- du får blødning etter operasjonen
- du får symptomer på infeksjon, dvs. temperatur over 38,5 og redusert almenntilstand
- du får i deg for lite drikke/mat

## Kontakt

Kontakt oss gjerne mellom kl. 08.00 og 18.00 på telefon 38 03 84 41 ved spørsmål.



trygghet når du trenger det mest